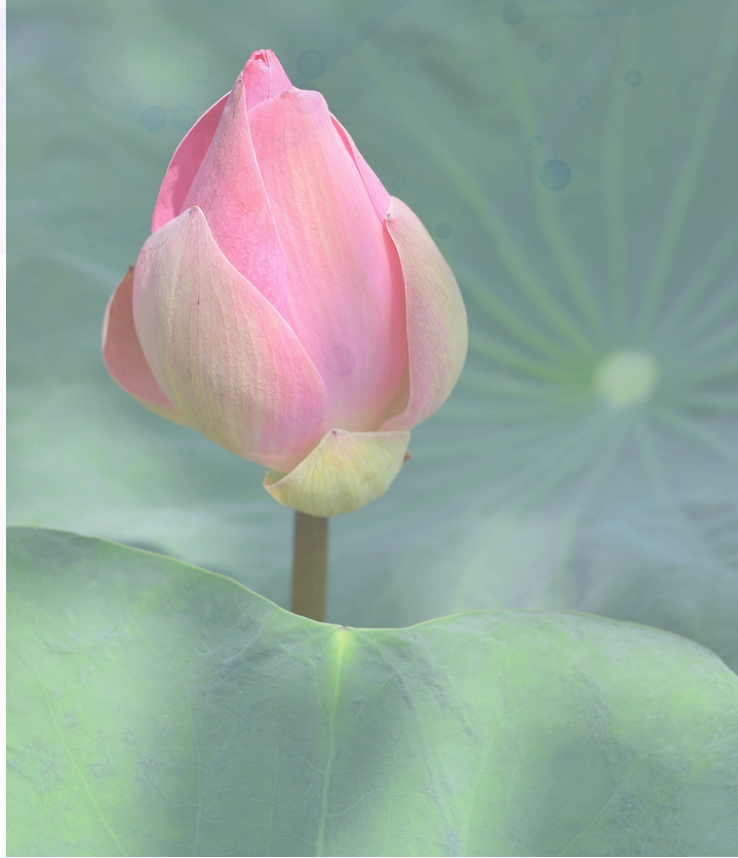


# PROGRAMME DE FORMATION



REIKI USUI  
Niveau II, II et III

Avec Alisée Cottet



# REIKI 1

Dans cette session d'initiation au Reiki premier degré, vous allez :  
découvrir le monde des énergies, vous reconnecter à vous-même et  
surtout apprendre à prendre soin de vos proches et de vous-mêmes !

Au programme de ces deux jours vous trouverez :

- l'Histoire du Reiki et de Mikao Usui;
- Découverte de la méditation et apprentissage de certaines techniques de méditation;
- Intégration du premier symbole de Reiki;
  - Initiation Reiki 1er degré;
  - Apprentissage d'une auto-séance;
- Apprendre à nettoyer une pièce et à vous protéger;
  - Apprentissage d'une séance rapide sur autrui;
  - Apprentissage d'une séance complète sur autrui;
- Apprentissage d'une séance sur les plantes, les animaux, les minéraux;
- L'application concrète du Reiki dans votre quotidien.



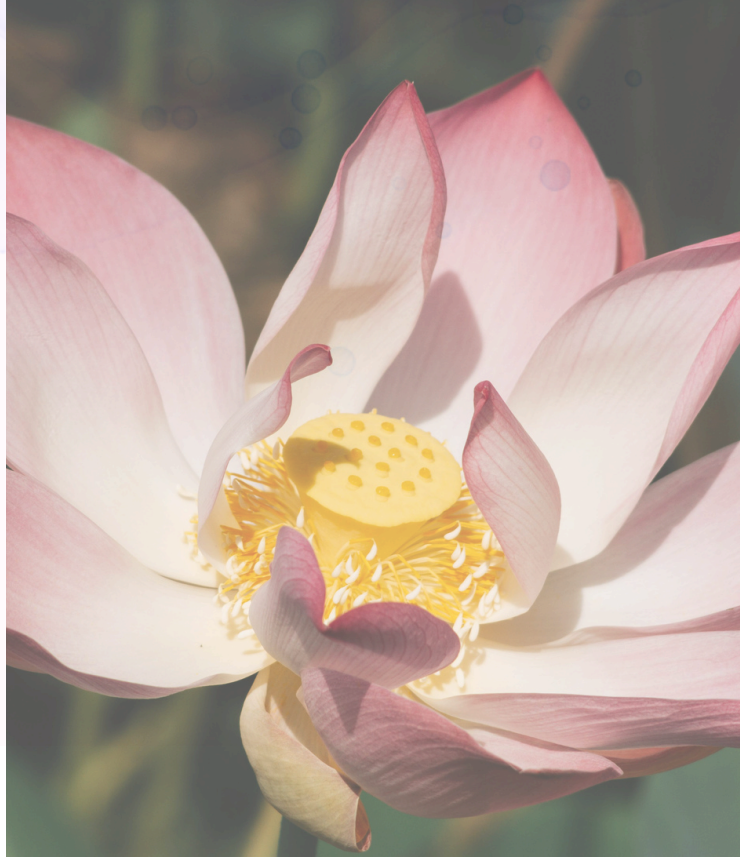
# REIKI 2

Dans cette seconde initiation au Reiki Usui, vous irez plus en profondeur dans la pratique. Ce niveau est très centré sur l'envoi à distance des énergies (espace et temps).

Au programme des deux jours, vous trouverez :

- Apprentissage des 3 symboles du second degré
  - Nouvelles techniques de méditation
  - Initiation Reiki 2nd degré
- Apprentissage d'une séance à distance sur une personne
  - Envoi du Reiki dans le passé ou le futur
  - Décodage de la mémoire cellulaire
  - Création d'une boîte Reiki
  - Changer une vieille habitude
- Allez plus loin dans le ressenti des énergies
  - Faire confiance à vos intuitions
- Nouvelles techniques japonaises complémentaires
  - Recentrage du corps éthérique





# REIKI 3

Le Troisième degré de Reiki est le niveau de "Maître" Reiki. Vous accéderez à une pratique complète de cette discipline. Avec ce niveau, vous accéderez à des énergies plus élevées et subtiles grâce au symbole du "Maître" Reiki.

Au programme des deux jours, vous trouverez :

- Apprentissage du dernier symbole Reiki
  - Intégration du dernier symbole
  - Initiation Reiki 3ème degré
- Ressenti plus intense et subtil des énergies
- Nouvelles techniques de méditation avec notamment la méditation du symbole du Maître Reiki
- Introduction à la lithothérapie : vous apprendrez à réaliser une séance avec des pierres précieuses ou semi-précieuses (ici : cristal de roche essentiellement)
  - Davantage d'autonomie dans la pratique
  - Techniques japonaises complémentaires
  - Grille Reiki





# RENCONTRE REIKI

- échanger et pratiquer entre praticien (dès le 1er degré)
  - Approfondissement des techniques complémentaires
- Temps de partage d'expérience, de réponse aux questions
  - Expérimenter le Reiki en groupe
  - Vivre une séance à 4 mains

Diverses thématiques abordées à chaque rencontre